Erich Fromm: *El arte de amar*.

I.- Introducción:

¿El amor es un arte? ¿O el amor es una sensación agradable, la experiencia de la cual es una cuestión de azar?

Para la malloría de la gente, el problema del amor consiste principalmente en *ser amado* más que no en *amar*, a la propia capacidad de amar:

1.- De aquí viene que el problema para ellos es conseguir ser amados, ser dignos del amor. Para conseguir este objetivo, siguen diversos caminos: tener éxito, llegar a ser poderoso y rico, ser atractivo, ser útil, modesto, inofensivo. Lo que para la malloría de gente de nuestra cultura viene a representar el hecho de *ser amado*, es, esencialmente, una mezcla de popularidad y *sex-appeal*.

2.- Otra premisa que sostiene la actitud de que no hay nada que aprender sobre el amor, es la suposición de que el problema del amor es el problema de un objeto y no de una facultad. La gente cree que amar es sencillo y que lo que es difícil es encontrar el objeto apropiado para amar.

Toda nuestra cultura está basada en el deseo de comprar, en la idea de un intercambio mútuo favorable. "Atractivo" significa corrientemente un buen conjunto de cualidades que son populares y altamente valoradas en el mercado de la personalidad.

Dos personas se enamoran cuando han encontrado, según ellas, el mejor objeto disponible en el mercado, considerando las limitaciones impuestas por sus propios valores de intercambio.

3.- El tercer error hace presuponer que no hay nada que aprender sobre el amor se apoya en la confusión entre la experiencia inical del "enamoramiento" y el estado permanente de "estar" enamorado, o, mejor dicho, de "permanecer" enamorado.

Si dos personas que se desconocen entre ellas, como nos pasa a todos, superan de golpe la barrera que los separa y se encuentran una cerca de la otra, sienten al unísono, este

momento de unidad es uno de los más estimulantes y excitantes de la vida. A pesar de todo, este tipo de amor es, por su misma naturaleza, de poca duración, pero al inicio, las dos personas consideran la intensidad del apasionamiento, esta "obsesión" de uno por el otro, como una prueba de la intensidad de su amor, y, de hecho, sólo demuestra el grado de su soledad anterior.

El primer paso a dar es tomar consciencia de que el amor es un *arte*, de la misma manera que tambien lo es el vivir; si deseamos aprender a amar, hemos de proceder de la misma manera como procediríamos si quisiéramos aprender cualquier otro arte.

El proceso de aprendizaje de un arte puede dividirse en dos partes: una, el dominio de la teoría; la otra, el dominio de la práctica. Sólo llegaré a ser un maestro después de una gran práctica, hasta que llegará un momento en el que los resultados de mi conocimiento teórico y los de mi práctica se fundirán en uno solo: mi intuición, la esencia del magisterio de cualquier arte.

A pesar del profundo anhelo de amor, practicamente todas las otras cosa tienen más importancia que el amor: éxito, prestigio, dinero, poder – dedicamos casi toda nuestra energía en descubrir la forma de alcanzar estos fines y prácticamente ninguno a aprender el arte del amor.

II.- La teoría del amor.

II.1.- El amor, la respuesta al problema de la existencia humana.

Lo que es esencial en la existencia humana es el hecho de que el hombre ha surgido del reino animal, de la adaptación instintiva, que ha trascendido la naturaleza –bien que nunca no la abandone, y siempre sea una parte– y, al mismo tiempo, una vez arrancado de la naturaleza, no puede volver a ella. El hombre sólo puede caminar hacia delante desarrollando su razón, encontrando una nueva armonía humana que substituya la prehumana, la cual está irremisiblemente perdida.

El hombre está dotado de razón, *es un ser viviente consciente de él mismo*.

Esta consciencia de uno mismo como unidad separada contribuye a hacer su existencia aislada, desunida, una insoportable prisión. El hombre

se volvería loco si no pudiera desligarse y extender la mano para unirse de una manera u otra con los otros hombres, con el mundo exterior.

La experiencia de aislamiento provoca angustia: es, en realidad, la fuente de toda angustia. Produce, por otro lado, sentimientos de verguenza y culpabilidad.

La consciencia de la separación humana, sin la unión por el amor, es la fuente de la vergüenza. Es al mismo tiempo la fuente de la culpabilidad y de la angustia.